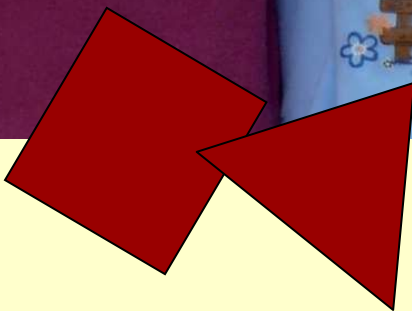
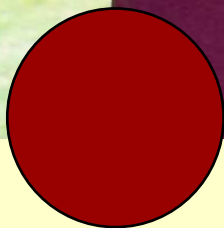


# Starški list

2008/4

wudaće: lěćo 2008(4)  
wudawaćel: Serbske šulske towarstwo z.t.

Póstowe naměsto 2

02625 Budyšin

tel.: (03591) 550216

faks: (03591) 550220

[info@sorbischer-schulverein.de](mailto:info@sorbischer-schulverein.de)

[www.sorbischer-schulverein.de](http://www.sorbischer-schulverein.de)

zamólwitej redaktorce: Marja Jaworkowa/Monika Süßowa

tel.: (03591) 550215

titulny wobraz: Halina Pohončec a Rafaela Kreucec, SŠT

fota: SŠT

© 2008 Serbske šulske towarstwo z.t./Sorbischer Schulverein e.V.

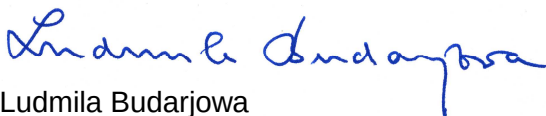
Lubi starši,

w zašłym staršiskim lisće smy Was wo 10-lětnym wuwicu našeho modelowego projekta Witaj informowali. Jara dobry wothłós měješe w tutym zwisku naša mjezynarodna fachowa konferenca z něhdže 270 wobdźělnikami 12.04.2008 na temu „Witaj a 2plus – wužadanje za přichod“ (hlej nutřkowna wobalka w němskim džělu). Požadana je tež naša jubilejna brošura, kotruž móžeće sej pola wjednicy Wašeje pěstowarnje skazać.

W tutym staršiskim lisće steji wažnosć pohibowanja Wašich džěci w srjedžišću. Po tym, zo smy Wam hižo Witaj-pěstowarnju w Malešecach a serbsku pěstowarnju w Chrósćicach předstajili, zhoniće džensa wjace wo Witaj-pěstowarni „Pumpot“ w Němcach.

Přeju Wam a Wašim džěćom dožiwnjenjapólne lěćo z wjele zhromadnym hrajkanjom a pohibowanjom.

Waša



Ludmila Budarjowa

předsydka Serbskeho šulskeho towarstwa z.t.

#### Wobsah:

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Pohibowanje-wažny element somatiskeho kubljanja | 2  |
| Fascinacija sporta a jeho hojenska móc          | 5  |
| Witaj-pěstowarnja „Pumpot“ w Němcach            | 8  |
| Sportowy swjedzeń w Chrósćicach                 | 12 |
| Hry za swójbu za wonka a nutřka                 | 13 |

## Pohibowanie-ważny element somatycznego kulturalnego

Zapamiętanie „somatic” wprowadza do wot greckiego „soma” (ciało) a wopiera wsz te wścy, które k ciału słuszą. Hladanie ciała, higiena, pohibowanie, drasta, żeżiwienie, seksualita a strowota su wobstatk somatycznej kultury. Derjemęće jako wodzące zapamiętanie somatycznego kulturalnego je zakładne wumęńnienie, zo może zdżelowanie wjeselo činić a wuspěšne być.

Dżęći trzebaja pohibowanie – zo bychu so derje čuli, zo bychu sebie a wścy jich wobsweća zeznali, zo bychu z druhimi čłowjekami kontakt



nawjazali a so jim sobuzdżęći mólili. Pohibowanie je wumęńnienie za wutworzenie duchownych, emocjonalnych, socialnych a komunikacyjnych zamóžnosćow. Wone je tohodla centralny element zdżelowanskego procesa. Přirodna žadosć za pohibowanjom je džensniši dzeń často wróćo wuwita, z negatywnymi scěhami za strowotu. Technizacija a motorizacija wutłóča přiběrajo tutón prabytostnu potrebu. Hižo pola małego džěsća so přez babywipu ważne pohibowanske impulsy blokuja.

W swěće čahania ručicow, tłóčenja tastow a kneflkow so ciało lědma hišće wužiwa. Strach, zo so zmysłowe zaznawanie přewažnje na hladanie a słýšenje (telewizor, radijo, widejo, komputerowe hry) redukuje, je jara wulki. Zaznawanja z ciałom, którež aktiwitu džěsća podpěruja a je k jednanju wužadaja, so porno tomu přeco bóle pozhubuja. Wšitke zmysły

trzebaja wšak nastork, zo bychu fungowali. Tež motorika ma so runje tak kaž čitanje, ličenje abo hudženje trenować. Štóz so jako džěćo rady hiba a swoje myški wuspyta, změje tež pozdžišo wjeselo při sporće a

pohibowanju. Džěci trjebaja wjele pozbudžowanja k hrě a sportej. Najjednoriše nastorki su při tym často najlěpše: rejować, łazyć, so čumpać, skakać, hrajkać - wšo to je lochce móžno. Dorosceni zaběraja při tym bytostnu přikladnu rólu.

Njedosahace pohibowanje ma chutne scěhi za čelne, ale tež duchowne, emocionalne a socialne wuwice džěci.



Chróšćanske džěci při sportowanju

Test motoriki pola džěćaceho lěkarja a při šulskim přepytowanju pokaza, zo leža wukony w pruwowanych wobłukach hižo džensa wo někak 10% pod hódnotami před 15 lěty.

Wot 6-lětnych džěci maja

- 50 % škodu musklow=pohubjeńšenje motoriskich wukonow
- 30 % mylenje wutroby a krejneho wobtoka
- 20 % nadwahu=přemało sebjewědomja,

wot 10-do 13-lětnych maja

- 75 % přeslabbje wuwite muskle w rukomaj
- 35 % přeslabbje wuwite muskle w brjuše.

## Přiswojenje swěta w zažnym džěcatstwjje

W přerich jědnaće žiwjenskich lětach bazuje duchowne a dušine wuwice džěsca hłownje na swójskich zmyslowych a pohibowanskich dožiwjenjach. Tute zmóžnja wuknjenje w zažnym džěcatstwjje a tworja bytostny přistup k swětej (Piaget). Přez nazhonjenja, kotrež džěčo ze swojim čělom dobudže, wuwije wone wobraz wo swójskich kmanosćach. Džěći nochcedža swoju wokolinu a wěcy jenož sej wobhladać, ale po móžnosći dokładnje wuslědźić, „wo-přimnyć“. Pozbudźowacy a lóštny wobswět wabi džěčo k pohibowanju. Tam, hdžež so jeho kedžbnosć budži a wćipnosć wužada a hdžež je same aktiwne, wuknje lochko a intensiwnje. Hrajkanje, pohibowanje a wuknjenje su sej jara blisko.

Čělna a zmyslowa aktiwita w zažnym džěcatstwjje su motor za wutworjenje kompleksnych wjazbow mjez čuwowymi bańkami. Čim wjac pohibowanskich impulsow so do mozow dobudu, čim lěpje mozy wuzrawja, čim wobšěrněšo so čuwowe čary a wobě stronje mozow mjezsobu zwjazaja.

Mnohostronske pohibowanje (2-3 hodžinow wšědnje na čerstwym powětře) čini derje, sylni imunowy system, powyšy derjeměće a wolu k wuknjenju. Wone tworja dobry zakład za mudrosć, sylnosć, dobru naladu, wěstosć, zbožo a dobre mjezsobne počahy. Nimo toho dawa impulsy k wuwicu muskulow a skeleta, wuskutkuje so pozitiwnje na motorisku wušíknosć a začuće sebje hódnoty.



Žórło: Zimmer, R.: *Es kommt das ganze Kind-nicht nur der Kopf*. W: *Kindergarten heute* 3/2003: 26-33.

## Fascinacija sporta a jeho hojenska m6c

### „Sport je mordarstwo“

Tute nam znate wuprajenje sluša poprawom k satirice a tola přirěča jemu mnozy wulki podžěl wěrnosće, z fatalnymi wuskutkami.

Lubi starši! Prošu dowolće mi staremu wučerjej za sport, nanej a džědej, lubowarjej přirody a krosnowarjej někotre mudre słowčka.

Čłowjek je hižo někak 1 milion lět jako tajki na swěće žiwy. 999 900 lět dolho bě wón hořtwjer a zběrar, tak kaž džensa hišće zdžěla w chudych krajach jako bur a mały rjemjeslnik. Tomu wotpowědujo je tež naše čělo twarjene! Tola z industrializaciju je so něštožkuli změniło a tež moderna poslužowanska towaršnosć je nam w poslednich lětdžesatkach radikalnu změnu čłowjeskich žiwjenskich wašnjow wobradžila.

W času mojeho džěcatstwa běchmy wot ranja hač do wječora na nohomaj, w šuli abo při džěle, na polu, w lěsu abo sej hrajkajo we wjesce. Hrajachmy rubježnik a žandarm w Sulšecanskim hajku abo při rěčce a nic doma před ličakom. Njebě nič rjeńšeho, hač sej z druhimi hrajkač a po wjesce honič. Měrchachmy naše mocy a pohonjowachmy so mjezsobu.

Z kolesom wotkrych sej swět. Hižo 30 lět jězdžu nětko wšědnje z kolesom na džělo do šule. Kolesowanje rěka tež přewinjenje stresa, a to tež pola džěci, sylni myški, skrući wutrobu a płuca. Nimo toho lutuješ pjenjezy, zeznaješ přirodu a škitaš wobswět.

Strowota njeje m6c a spěšnosć, ale wutrajnosć. Wšojedne hač pućowanje, kolesowanje abo sněhakowanje, nic tempo, ale wutrajnosć je rozsudna. Wosebje strowe pak je kupanje a płuwanje. Bydlu při Čornym Halštrowje a du prawidłownje wot meje do oktobra do wody.

Z kóždyj kročelu drje energiju přetrjebaš, myški trenuješ, ale hakle po 30 mjeńšinach započina so zesylńenje wutroby a wobtoka, skrućenje

dychanskich organow, trenuja so myški a tuk so wottwari. Tohodla je zmysłapołniše, jedyn do dwaj razaj wob tydżeń so znajmjeńša hodžinu wutrajnje hibać, hač wjacekróć krótko spěchać.



knjecz Mič ze šulerjemi Ralbičanskeje srjedźneje šule we Łazkowskim lěsu

Džěci maja přirodnu žadosć za pohibowanjom, to pytnu starši, ale tež kublarjo. Wona njesmě so přez telewiziju haćić. Kreatiwita a fantazija zwučuja so jenož přez samostatne myslenje, wunamakanje a dožiwnjenje. To płaći za duch a tež za čěło. Je runjewon złóstne, hdyž maja džěci swójsku telewiziju. To płaći tež za młodžinu hač do 10. lětnika.

Wróćo k sportej! Čłowjek wobsteji z čěła a duše. Woboje tworj cyłk. Ma woboje w harmoniji fungować a dyrba naše džěci duchownje a tež čělnje fit a wukonokmani być a wostać, je wobstajny duchowny a čělny trening trěbny. Prawidłownosć je runje tajka lěpšina kaž zwučowanja w sportowych skupinach a towarstwach.

## „Pohibowanje je wšo!“

Jara mudre słowo! Hižo fyziologisce woznamjenja pohibowanje lěpše překrawjenje, wustrowjenje čěla a našich mozow a z tym tež duchowne wukonowe stopnjowanje. Ale trening prošu nic w fitnessowym domje. Wonka w přirodže je wšitko zadarmo. Tam mamy k sportowanju tež dožiwjenje přirody – a to při čerstwym powětrje.

Štóž wot svojich džěci žiwjenske wjeselo, čělnu a dušinu čitosc a wukonliwosc wočakuje, tón měł tež přikład być! Dokelž w pěstowarnjach, hórtach a zakładnych šulach nimale jenož žony naše džěci kubłuja, apeluju nuznje na wšěch nanow, znajmjeńša kónc tydženja z Wašimi džěcimi won hić a aktiwni być. Nimale 40 lět chodžu krosnować. Pobych na wjac hač 1 100 wjerškach Sakskeje Šwicy, na wjele horach w Alpach a druhdže. Po změnje wjedžechu mje ekspedicije na najwyše hory swěta hač nad 8 000 m wyšiny. Pućowanja a krosnowanja na hory su z mnje jara zbožowneho a spokojneho čłowjeka sčinili.

Bóh stwori nas ludži po swojim přikładze, da nam rozum a krasne čěło! Kóždy ma duchowne a čělné zamóžnosće a kmanosće. Kak wužiwamy jeho dary? Ja widžu to jako jeho nadawk, druhim pokazać, što čłowjek zamóže.

Někotre praktiske pokiwy:

- Džiće přez cyłe lěto tak wjele kaž móžno z džěcimi won do přirody.
- Běhaje w zymje přez pola a lěsy, džiće sněhakować a so smykać.
- W lěću chodźće často kupać.
- Kolesujće w blišej a dalšej wokolinje, n. př. na Krabatowej a Žabjacej kolesowarskej šćežce abo wokoło lužiskich jězorow.
- W Blótach hodži so derje padlować.
- Wopytajće Kulturnu kupu Einsiedel.

Achim Mič

sportowy wučer w Ralbičan srjedźnej šuli

## Witaj-pěstowarnja „Pumpot“ w Němcach

Naša pěstowarnja, kotraž je wot apryla 1999 w nošerstwje SŠT, je we wjesce Němcy zaměstnjena, w kotrejž zdawna Serbja a Němcy tolerantnje zhromadnje bydla. Džensa bohužel jenož hišće mało wobydlerjow serbsce řeči.



Marja Grofina, Diana  
Libšowa-wjednica,  
Regina Njekelina,  
Christina Zimmertowa

My kubłarki chcemy našemu nadawkej, swójbu při zdžěłowanju a kubljanju džěci přewodžeć, podpěrać a wudospołnjeć, wosebje wotpowědować. Při tym

zložujemy so tež na dopóznaća katólskeje pedagogowki Marije Montessori. Jeje wodžace motiwy běchu: Džěci trjebaja lubosć a přichilnosć a džěci chcedža, zo je chutnje bjerjemy tak kaž woni su, ze wšěmi jich sylnosćemi a słabosćemi, jich potrjebami, začućemi a nazhonjenjemi.

Tuchwilu wopytaja 26 džěci naše zarjadnišćo. Z toho su 10 w žlobikarskej starobje. Nimo wšědných poskitkow mamy tydženske předšulske zwučowanja a sport w sportowni zakładneje šule „Handrij Zejler“. Jónu měsacnje mamy „Bože hodžinki“.

Džiwamy na strowe zežiwjenje a přewjedžemy w prawidłowných wotstawkach wotpowědne projekty.

## Projekt „lěs”

Wot septembra 2006 zaběramy so intensiwnje z temu „lěs”. Lěsnistwowy zarjad Kamjenc nas při tym podpěruje. Běchmy hižo časćišo w lěsu, hdžež móžachu džěći wjele wo domoródných štomach a lěsnych zwěrjatakach zhonić. Tež słyšachu wo škodach přez wotpadki, zdrasćichu so škitnu drastu lěsnych džělačerjow a běžachu bosy přez lěsnu pódu. W zašłym nalěču hromadźichmy sej žoldže a mjeztym móžachmy poľne wjesela naše sadženki do lěsa donjesć a wosadžeć. Při tym tež zhonichmy, kak wažne je, štomiki před sornikami škitać. (wobrazy deleka)



Dalše aktiwity k temje „lěs” běchu:

- wopyty blidarnje
- wobkedźbowanje džěla mobilneho řezaka
- mobilna blidarnja w našej pěstowarni - twarichmy sej drjewjane awta
- paslenje z přirodnymi materialijemi, n.př. zhotowjenje papjery a třěskoweho drjewa
- zhotowjenje memoryja a lotowych hrow
- zeznaće a wobkedźbowanje žiwjenja wjewjerčki
- pomjenowanja džělow a funkcijow štomu, wobkedźbowanje změnow štomu w běhu počasow, rozdžěle mjez jehlinowcami a liščowymi štomami

Wot nazymy zašěho lěta džělamy po katalogu nacionalnych kwalitatiwnych kriterijow. Tam su trěbne profesionelne kompetency fachowych mocow, rumnostne a materielne wuměńjenja za pedagogisku praksu wopisane. Jako přenje smy z wobłukom „pohibowanie” džělali. Zaměrnje smy so w fachowych časopisach a při wudžěłanju wobkedźbowanskich łopjenow z tutej temu w našim domje rozestajili.

Derje je, zo móža so naše džěci wšědnje wonka hibać, na dworje, w lěsu, parku abo podłu wšelakich pólnych pućikow. Pěstowarske džěci tež kóždy wutoru w sportowni zakładneje šule při worjole “Handrij Zejler” we Wojerecach pod profesionelnym nawodom měščanskeho sportoweho zwjazka sportuja. Wězo su so tež pola nas dypki wukristalizowali, na kotrychž dyrbymy hišće džělać. Zo by so nam to na optimalne wašnje poradžiło, smy sej



zhromadnje z Měščanskim sportowym zwjazkom wobkedźbowanske łopjeno wudžělali. Naš zaměr bě, z pomocu wuwitych łopjenow džěci wobkedźbować a tak aktualny staw wuwica pohiba jednotliwego džěsća zwěsćić. Zhromadnje z Měščanskim sportowym zwjazkom smy wotpowědne sportowe aktiwity za někotre sportowe hodžiny planowali a přewjedli. Wobkedźbowanske łopjena, kiž so při sportowanju wot kubłarki wupjelnichu, po tym w teamje wuhódnočichmy. Mamy z tym dobry zakład za planowanje pohibowanskich aktiwitow, kiž su na potrebu jednotliwego džěsća wusměřjene.

Cyłkowny wuslědk kwalitatiwneho pruwowanja je nas wšěch w našej džělawnosći skrućil a da nam mocy a wutrajnosć při džěle.

Wjerški našeho wšědnego džěla w běhu pěstowarskeho lěta wučitaće z grafiki.



## Sportowy swjedzeń w Chróścicach

Wjace hač 280 dźeći ze wšěch našich pěstowarnjow su pónđzelu, 2. junija, w Chróścicach džen džěsca woswjecili. Tež dźeći z Witaj-pěstowarnje „Mato Rizo” ze Žylowa, kotrež dóstachu składnostnje 10-lětneho jubileja modelowego projekta Witaj přeprošenje na tutón swjedzeń, su sej sem doješli. Woni su tu nimo dobreje zhromadnosće serbsku wob-



chadnu rěč mjez dźěćimi dožiwili. Prěni raz pak slyšachu naše hornjoserbske dźeći woblubowanu pčotku Ritku w delnjoserbsčinje. Džiwadłowa skupina Ralbičanskeje srjedźneje šule překwapi z hru „Jan w zbožu”. Popołdnu wubědžowachu so dźeći we wšelakich disciplinach na

sportnišću. Na wobrazu widźimy dźeći ze Žylowa při skakanju z měchom.



### Słowničk

ćahanje ručicow

imunostny system

kurjatko/ćipka

libjo/huško

pilko/pilatko

třěskowe drjewo

wukonliwość

zmysłowe zaznawanje

Hebelziehen

Immunsystem

Küken (Huhn)

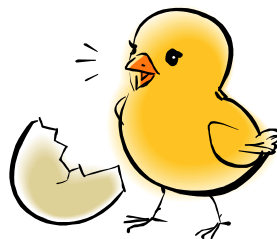
Küken (Gans)

Küken (Ente)

Spanplatten

Leistungsfähigkeit

sinnliche Wahrnehmung



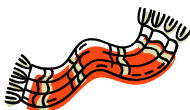
## Hry za swójbu za wonka a nutřka

### Klamorčki pokradnyć

Kóždy dóstanje 10 klamorčkow, kiž sej za swoju drastu přityknje. Nětko spytaja sej hrajerjo klamorčki tamnych sobuhrajerjow zdobywać, bjeztoho zo swoje klamorčki zhubja. Zdobyte klamorčki pak dyrbyja sej za swoju drastu přityknýć, zo bychy so wot tamnych zaso wróćo zdobyć hodźeli.

### Chowanka

Pytacy steji we wobmjezowanym rumje (někak 2 x 2 metraj), začini woči a liči hač do 10. W tym času so wšitcy tak schowamy, zo pytaceho hišće runje tak widźimy. Pytacy njehiba so ze swojeho wobmjezowaneho ruma a spyta nas namakać. Tón, kotrehož je wuhladał a mjenował, stupi so k njemu sobu do ruma. Hdyž su wšitcy namakani, pyta tón, kotryž bu jako přeni namakany.

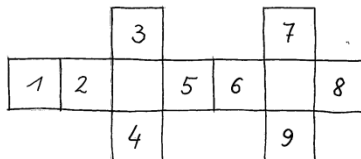


### Předrasćeny běh

Dwě wosobje běžitej napřemo - klobuk na hłowje, stary kabat, wulke škórnje - spěšnje so zwoblěkać, běžec, drasty zaso wotpołożyć - a přichodny je na rjedže.

### Skakanka z ličbami

Skakanku po ličbach wotskakać. Při tym kamjeń z nohu wot kašćika do kašćika ze slědowacej ličbu kopnyć. Skoči hrajer na liniju abo kuli so kamjeń z kašćika won, dyrbi hrajer hišće raz započinać. Dobył je tón najspěšniši.



## Wjelk a kurjatka – Der Wolf und die Küken

Na jednej stronje steja kurjatka, na druhej pata, kotraž kurjatka domoj woła. Wjelk steji pódlá paty. Auf der einen Seite stehen die Küken, auf der anderen die Glucke und der Wolf.

Kurjatka, kurjatka, poběhńće dom!

Küken, Küken, kommt nach Haus!

My so bojimy.

Wir fürchten uns.

Koho da?

Vor wem denn?

Wjelka.

Vor dem Wolf.

Hdže wón sedźi?

Wo sitzt er?

Zady pjecy.

Hinter dem Ofen.

Što tam čini?

Was macht er dort?

Kamuški zběra.

Steinchen sammeln.

Što z kamuškami?

Was mit den Steinchen?

Nože wótrǐ.

Messer schärfen.

Što z nožemi?

Was mit den Messern?

Šije rěza.

Hälsa schneiden.

Kak hłuboko?

Wie tief?

Kaž studnja.

Wie ein Brunnen.

Kak šěroko?

Wie breit?

Kaž blido.

Wie ein Tisch.

Kurjatka, kurjatka, poběhńće dom!

Küken, Küken kommt nach Haus!

Po wołanju běža kurjatka k paće a wjelk spyta je popadnyć. Nach dem Rufen laufen die Küken zur Glucke und der Wolf versucht sie zu fangen. Die gefangenen Küken scheiden aus.

**Wjele wjesela w dowolu, při sportowanju a wumolowanju!**  
**Viel Spaß im Urlaub, beim Sport, aber auch beim Ausmalen!**



**Štó znaje dalše skakanki? Wer kennt weitere Hoppekästchen?**

Namolujće je prošu a wotedajće je pola pěstowarki!

**Malt sie uns bitte auf und gebt sie bei der Erzieherin ab!**